# ہر عورت چاہتی ہے کہ

اس کے ہاتھ سے بنے کھانوں کی تعریف ہو۔ مگریہ تعریف و ستائش حاصل کرنے کے لیے ضروری ہے آپ کو کھانوں کو لذیذ اور آسان بنانے کے گر معلوم ہوں۔ ذیل میں ہم کچھ ایسی باتیں درج کرتے ہیں جن کا استعمال کرکے آپ لذیذ کھانے پکاکر لوگوں سے ستائش لوٹ سکتی ہیں اور اس دوران آنے والی بعض دشواریوں کا حل بھی معلوم کرسکتی ہیں۔

⋆ آلو یا گوشت کے کٹ بنانے ہوں تو ابالتے وقت تھوڑا سا نمک ضرور ڈالیں۔ اس طرح نمک جذب ہوجائے گا اور ذائقہ میں اضافہ کرے گا۔

⋆ سانبھر بناتے وقت اس میں چند لونگ ڈال دیں تو وہ دیر تک تازہ اور لذیذ رہے گا۔

⋆ چاول پکانے سے پہلے پانی میں آدھے لیموں کا رس نچوڑ دیں۔ اس طرح چاول کھلے ہوئے پکیں گے اور رنگت بھی سفید رہے گی۔

⋆ بیگن کا بھرتا بنانا ہو تو چھلکے پر، ابالنے سے پہلے سرسوں کا تیل مل دیں۔ اس طرح چھلکا بہ آسانی اتر جائے گا۔

⋆ دال پکانے سے پہلے ہتھیلیوں پر سرسوں کا تیل مل کر دال کو مسلیں۔ اس طرح جلدی گلے گی اور زیادہ لذیذ بھی ہوجائے گی۔

⋆ اگر دودھ پھٹ جائے تو اسے ہرگز نہ پھینکیں بلکہ ایک چمچہ سرکا یا لیموں ڈال کر پوری طرح پھاڑ لیں۔ کپڑے میں چھان کر دودھ اور پانی الگ کرلیں۔ دودھ کو بطور پنیر استعمال کریں اور پانی کو دال یا سبزی میں ڈال دیں۔

⋆ آلو کی کچوری بناتے وقت آلو کے مسالے میں تھوڑا سا بھنا ہوا بیسن ملادیں۔ اس طرح کچوری تلتے وقت پھٹنے سے محفوظ رہے گی۔

⋆ دودھ کو ابالنے سے پہلے برتن میں ذرا سا پانی ڈال دیں اس طرح تلی میں دودھ جمنے اور جلنے کا خطرہ کم ہوجائے گا۔

⋆ پکتی ہوئی پھول گوبھی میں ایک ٹکڑا لیموں کا ڈال دیں تو اس کی رنگت سفید رہے گی۔

⋆ کھیرے کا رائتہ بنانے کے لیے کھیرے کو کدو کش کرتے وقت نکلنے والے پانی کو آٹے میں جذب کرلیں اس سے روٹیاں لذیذ زود ہضم اور غذائیت سے بھر پور تیار ہوں گی۔

⋆ لوکی کا رائتہ بنانے کے لیے اسے ابالا جاتا ہے۔ لوکی کے اس پانی کو پھینکنے کے بجائے چاول پکانے میں استعمال کریں۔ اس سے چاول کی لذت اور غذائیت دونوں میں اضافہ ہوگا۔

0307-8162003